TANITA
健康をはかる

InnerScan インナースキャン

体組成計

取扱説明書

BC-718

本書に記載されているイラストはイメージ図です。

このたびは、体組成計をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。
毎日の健康管理にお役立て下さい。

お願い

誤った使い方をしますと重大な事故につながります。
この説明書をよくお読みいただき、正しく安全にご使用ください。また本書は必要なときにすぐに取り出せるよう、身近に大切に保管してください。

1. 安全上のご注意

本書では、お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、お守りいただきたいことを次のように説明しています。本文をよくお読みいただき、安全に正しくお使いください。

表示	内容
⚠ 警告	この表示の欄は「死亡または重傷を負う可能性のある」内容を示しています。
⚠ 注意	この表示の欄は「傷害を負う可能性または物的損害が発生する可能性のある」内容を示しています。
🚫	してはいけない「禁止」内容を示しています。
❗	「必ず守っていただく」強制内容を示しています。

⚠ 警告

禁止

- **ペースメーカー等、体内機器装着者は絶対に使用しない**
  本機は、微弱な電流を体内に流しますので、医用電気機器の誤作動による重大な事故の原因になります。
- **測定結果は、決して自己判断しない（測定値の評価、それに基づく運動メニュー等）**
  自己判断による減量や運動療法は健康を害する原因になります。必ず資格を持った専門家の指示に従ってください。
- **本機の端に乗ったり、飛び乗ったり、跳びはねたりしない**
  転倒したり、すべったりして大けがをする可能性があります。
- **タイル面やぬれた床など、すべりやすい所では使わない**
  転倒したり、すべったりして大けがをする可能性があります。また、本機内部に水が侵入し故障の原因になります。
- **物を落としたり、飛びのったり、強い衝撃をあたえない**
  ガラスが破損し、けがをする可能性があります。

⚠ 注意

禁止

- **表示部や操作部の上に乗らない**
  破損してけがをする可能性があります。
- **隙間や穴に指を入れない**
  けがをする可能性があります。
- **新しい電池と古い電池、種類の違う電池を同時に使用しない**
  液漏れや発熱、破裂の可能性があり、本機の故障、けがなどの原因になります。
- **乳幼児には、絶対に持ち運びさせない**
  落として、けがをする可能性があります。
- **業務用（病院等での測定）には、絶対に使用しない**
  業務用として病院等で使用するための機能を備えておりませんので、病院等では絶対に使用しないでください。

⚠ 注意

必ず守る

- **熱湯やベンジン、シンナー等は、使用しない**
  汚れたときは、水または家庭用中性洗剤を柔らかい布に浸し、**固く絞って** 拭き、その後乾いた布で拭き取ってください。
- **分解や水洗いは絶対にしない**
  本機の損傷や故障の原因になります。
- **過度の衝撃や振動を与えない**
  本機の損傷や故障の原因になります。
- **以下の場所で本機を保管や使用しない**
  本機の損傷や故障の原因になります。
  - 直射日光の当たる場所や暖房器具の近く、または空調機の風が直接当たる所
  - 温度変化の激しい場所
  - 湿気の多い場所や水気のある所
- **体の不自由な方がご使用になるときは、1 人で測定しない**
  介護者が援助するか、手すりの利用をおすすめください。（※手すり等を利用した場合、測定値は参考値として捉えてください。）
- **電池を入れるときは、極性（⊕、⊖）の方向を間違わない**
  液漏れなどで、床等を汚損する可能性があります。（長期間ご使用にならない場合は、電池を本機から取り外してください。）
- **濡れた体で乗らない**
  体や足の水分を **よく拭いてから** 測定してください。転倒してけがをする可能性があります。また、正確な測定ができません。
- **操作部を濡らしたり汚したりしない**
  ボタンが反応しなかったり、誤動作の原因になります。
- **携帯電話や電子レンジなど電波を発する家電製品を本機の近くで使用しない**
  誤作動して正確に測定できない可能性があります。

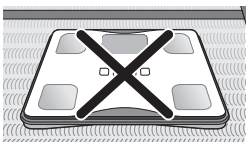
2. 正しいはかりかた

測定場所／設置

■ 測定場所

硬く、平らな安定した場所で使用してください。ご使用になる場所によっては、凹みなどの跡が残る可能性があります。ご使用前に目立たない場所（ご使用される場所の隅など）でご確認ください。

禁止

以下のような場所で使用しないでください。正常に機能しない場合があります。
- 湿気の多い場所や水気のある所
- 温度変化の激しい場所
- じゅうたん、畳、コルク床、クッションフロアーなどの軟らかい床の上

■ 設置

本機は立てかけたり、上にものを置いた状態で保管した場合や、設置場所から移動させて測定する場合でも、乗るピタで測定することができます。（☞ 12 ページ）
日々の健康管理を持続させるために、体組成計を収納せず、いつでも測定できるように置いておく事をおすすめします。

必ず守る

以下のような場所で保管しないでください。正常に機能しない場合があります。
- 直射日光の当たる場所や暖房器具の近く、または空調機の風が直接当たる所
- 湿気の多い場所や水気のある所
- 振動の激しい場所
- 湿度変化の激しい場所

測定時間・条件

生活パターンの違いにより体重やからだの電気抵抗が変動するため、測定値には個人ごとに違った変動があります。さらに、測定値は体内水分の変化や体温に大きく影響されるので、できるだけ同じ時間帯、同じ状態で測定し、細かい変化にとらわれず、長期的な変化傾向を見ることをおすすめします。

■ オススメ測定時間

必ず守る

- **過度の飲食、極度の脱水症状のときは、測定を避ける**
  測定値に誤差が生じる可能性があります。精度を高めるには、起床直後を避け、食後 2 時間以上経過した同じ時間帯でご使用ください。
- **サウナや長湯、激しい運動をした後は、測定を避ける**
  測定値に誤差が生じる可能性があります。充分休んでから、測定してください。
- **体調の悪い場合（二日酔い、下痢、発熱などのとき）は、測定を避ける**
  測定値に誤差が生じる可能性があります。充分休んでから、測定してください。

測定姿勢

正確な測定のために、いつも正しい姿勢を心がけてください。

つま先側とかかと側の電極に足が均等にかかるように、素足で乗ってください。

※ 足がはみ出る場合は床に足がつかないように乗ってください。

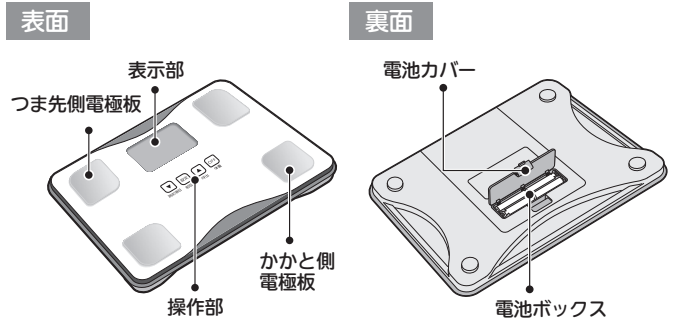
必ず守る

- **なるべく裸に近い状態で測定する**
  着衣のまま計測すると、着衣の重さが含まれます。
- **足の裏を、電極部に正しく合わせて測定する**
  電極と足の裏が接触不良の場合、体脂肪率が低く表示されたり、「Err」（エラー）が表示されたりする場合があります。
- **素足になり、足の裏の汚れを落としてから測定する**
  靴下などを履いていたり、足の裏にほこりなどがついていたりすると、正確に測定できません。
- **硬く平らな床の上に置いて測定する**
  じゅうたんや畳の上では正確に測定できません。
- **ヒザを曲げたり、座ったまま測定しない**
  正確に測定できません。
- **測定中は動かない**
  測定中に動くと、正確に測定できません。
- **足の内側（内もも）がつかないように測定する**
  内ももがついてしまう場合は、乾いたタオルなどをはさんで測定してください。

MEMO

以下に当てはまる方は、参考値として変化の推移をみられることをおすすめします。
- 体内に金属を装着されている方
- 体水分の変化を誘発する薬（例：利尿剤など）を服用されている方
- 妊娠中や、人工透析患者、またはむくみ症状の方
  ※ 本機は、日本人の一般男女および、小学生以上の子供を対象にしています。上記のような方は、体脂肪率の信頼性が低下する可能性があります。
- かかとの表面（角質層）が固い状態の方は、正常な測定ができません。足の裏をしめらせてから測定してください。

3. 各部の名前／付属品

各部の名前

操作部 ※ 指の腹でしっかりと触れてください。

設定／前回値ボタン
- 設定を開始するときに使用します。
- 決定をするときに使用します。
- 前回の値を見るときに使用します。

▲／呼出ボタン
- 登録内容を選択するときに使用します。
- 登録番号やゲストモードを呼び出すときに使用します。

▼／測定項目ボタン
- 登録内容を選択するときに使用します。
- 測定結果を切り替えるときに使用します。

OFF ／体重ボタン
- 電源を切るときに使用します。
- 体重のみをはかるときに使用します。

MEMO

- 操作ボタンに触れると、表示部に マークが点灯します。

付属品

- 取扱説明書（本書）保証書付き
- お試し用電池 <単 4 形（R03）: 4 本>（電池ボックスに入っています。）

この取扱説明書に掲載されているイラスト、画面は、操作説明のためのものです。したがって、実際の仕様と異なる場合があります。

保証書

販売店様へ
ご販売時に貴店にて、保証書の所定事項（お買い上げ日、販売店様欄に捺印）をご記入の上、お客様にお渡しください。

お客様へ
本書は、無料修理規定により無料修理を行うことをお約束するものです。お買い上げの日から下記期間中故障が発生した場合は、本書をご提示の上、弊社お客様サービス相談室に修理をご依頼ください。
お客様の個人情報は、修理完了品の発送に使用させていただき、修理品とともにご返却いたします。この間、お客様の個人情報は第三者が不当に触れることのないよう、弊社規定に基づき責任を持って管理いたします。

品名	体組成計
保証期間	本体　お買上げ日より1年間
お買い上げ日	年　月　日
お客様	ご住所 お名前　様 電話　（　）
販売店	住所・店名　㊞ 電話　（　）

経済省令適合マーク

株式会社 タニタ

事業所	住所	電話
本社・東京営業所	〒174-8630 東京都板橋区前野町 1-14-2	☎03 (3558) 8111 (代表)
大阪営業所	〒577-0013 東大阪市長田中 1-3-15	☎06 (6784) 2811 (代表)
名古屋営業所	〒465-0072 名古屋市名東区牧の原 2-707	☎052 (704) 2201 (代表)
福岡営業所	〒812-0882 福岡市博多区麦野 4-2-6	☎092 (575) 5761 (代表)
北日本営業所	〒014-0113 秋田県大仙市堀見内字下田茂木添 28-1	☎0187 (66) 2144 (代表)

ホームページアドレス http://www.tanita.co.jp

お問い合わせ先
フリーダイヤル 0120-133821
受付時間 / 9：00〜18：00（土・日・祝祭日は除く）
お客様サービス相談室　〒174-8630 東京都板橋区前野町 1-14-2
タニタ　サービスセンター　〒014-0113 秋田県大仙市堀見内字下田茂木添 28-1

BC7187601(0)-1308MA

4. 電池をセットする

1. 本機裏面の電池カバーを矢印の方向に押し上げて開けます。
➡ お試し用電池は電池ボックスに入っています。

2. 絶縁シートを取り除き、電池カバーを閉めます。
電池を交換するときは、⊕ と ⊖ を間違えないように注意してください。

■ 電池の交換

電池の残量が少なくなると「Lo」が表示されます。速やかに新しい電池 (4 本すべて) と交換してください。

禁止
- アルカリ電池とマンガン電池を併用しないでください。故障の原因になります。
- 充電式の電池を使用しないでください。故障の原因になります。

MEMO

- 古い電池は、お住まいの市町村区の廃棄方法に従って処理してください。
- 電池を交換したあとに自動で電源が入ることがあります。その場合は、本機を床上に置き、OFF ／体重ボタンを押してください。それでも電源が切れない場合は、電池をはずして表示を消してから、電池を入れ直してください。
- 付属の「お試し用電池」は工場出荷時に納められたものですので、寿命が短くなっている場合があります。
- 電池の寿命は約1年(1日に5回はかった場合)です。※ご使用条件により異なります。
- 電池をはずすと、日時がリセットされます。再度設定してください。（☞ 7 ページ）
- 登録した個人データ（生年月日／性別（アスリート）／身長／体重・体組成）、地域番号は、電池を外しても、消えません。

5. 地域と日時を設定する

高精度のはかりは、使用地域により重力の影響を受け、誤差を生じることがあります。ご使用になる地域を設定することにより、この誤差を解消することができます。

初めてご使用になる前に、地域と日時を設定してください。

地域と日時を設定するときは、**本機を硬く平らな安定したところ**に置いてください。初回の体重測定に誤差が生じる場合があります。

MEMO

- 操作を中断したまま、約 60 秒経過すると、電源が自動で切れます（オートパワーオフ機能）。
- 設定を中止したい場合は、OFF ／体重ボタンを押してください。途中で中止した場合は、地域と日時は保存されません。
- ▼ボタンまたは▲ボタンを押し続けると、数値が早送りされます。

＜地域設定＞

1. 設定ボタンを押します。

2. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して、以下の表からお住まいの地域番号を選択します。

地域	地方
地域 1	北海道
地域 2	本州、四国、九州
地域 3	沖縄

MEMO

- 初めて電池を入れたときは、設定ボタン、▲ボタンを押しても地域設定画面に入ります。地域設定画面が表示されない場合は、OFF ／体重ボタンを押して一度電源を切り、画面が消えていることを確認してから OFF ／体重ボタンを 3 秒以上長押ししてください。地域設定画面が表示されます。
- 引っ越しなどで使用地域が変わった場合は、地域を再設定してください。（☞ 9 ページ）

3. 設定ボタンを押して、地域番号を決定します。

＜日時の設定＞

4. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して西暦を選択し、設定ボタンを押します。

MEMO
- 設定できる西暦は 2013 〜 2050 年です。

5. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して月を選択し、設定ボタンを押します。

6. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して日を選択し、設定ボタンを押します。

7. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して時間を選択し、設定ボタンを押します。

8. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して分を選択し、設定ボタンを押します。

設定した「地域」→「年」→「月」→「日」→「時刻」が表示されたあとに電源が切れます。

MEMO

電池を交換した場合は、日時を再設定してください。（☞ 9 ページ）

参照

地域と日時の再設定については、9 ページをご覧ください。

以上で地域と日時の設定は終了です。

＜地域を再設定する＞

引っ越しなどで、使用地域が変わった場合は、地域を再設定してください。

1. 電源が入っていないことを確認してから OFF ボタンを 3 秒以上長押しします。

2. 7 ページの手順 2、3 に従って、地域を再設定します。

＜日時を再設定する＞

日時を変更したい場合や、電池を交換したあとは、日時を再設定してください。

1. 電源が入っていないことを確認してから設定ボタンを 3 秒以上長押しします。

MEMO
- 電池を交換したあとは、設定ボタン、▲ボタンを押しても日時設定画面が表示されます。

2. 7 ページの手順 4 〜 8 に従って、日時を変更します。

6. 個人データを設定する

個人データ（**生年月日、性別（アスリート）、身長、体重・体組成**）を設定すると、乗るピタ機能によって、乗るだけで簡単に測定者を識別します。

個人データを設定するときは、**本機を硬く平らな安定したところ**に置いてください。体重・体組成の登録に誤差が生じる場合があります。

MEMO

- 操作を中断したまま、約 60 秒経過すると、電源が自動で切れます（オートパワーオフ機能）。
- 設定を中止したい場合は、OFF ／体重ボタンを押してください。途中で中止した場合は、個人データは保存されません。
- ▼ボタンまたは▲ボタンを押し続けると、数値が早送りされます

1. 電源が入っていないことを確認して、設定ボタンを押します。

2. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して登録する番号（1 〜 5）を選択し、設定ボタンを押します。

➡ 点灯している番号には、すでに個人データが登録されています。

MEMO
個人データは 5 人まで登録できます。

3. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して生まれた年を選択し、設定ボタンを押します。

MEMO
- 設定できる西暦は 1900 年からです。
- 6 才未満の方は設定できません。

4. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して生まれた月を選択し、設定ボタンを押します。

5. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して生まれた日を選択し、設定ボタンを押します。

（個人データを設定する つづき）

6. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して性別を選択し、設定ボタンを押します。

➡女性、男性、女性アスリート、男性アスリートの中から選択してください。

MEMO

18 才以上の方で次の条件を満たしている場合は、「アスリート」を選択してください。

- 1 週間に 12 時間以上トレーニングしている
- 体育会やスポーツ事業団に所属し、競技会などを目指している
- プロスポーツ選手
- ボディービルダーのように筋肉量が多くなるようなトレーニングをしている

7. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して身長を選択し、設定ボタンを押します。

MEMO

身長は、90.0 ～ 220.0cm の範囲で設定できます。

「0.0kg」が表示されます。

8. 素足になり、正しい姿勢で本機に乗ります。

➡測定中は、動かないようにしてください。

ご注意

測定しない場合は、個人データは保存されません。

参照

正しいはかりかたについては、2 ページをご覧ください。

9. 設定した個人データが表示されたら本機から降ります。

この時点で個人データが保存されます。

➡測定結果が順番に表示されたあと、もう一度体重が表示されて、40 秒後に自動で電源が切れます。

➡手動で終了したい場合は、OFF ／体重ボタンを押してください。

以上で個人データの設定は終了です。

7. 乗るピタで測定する

乗るピタ（自動認識）機能とは？

乗るピタとは、登録者の中から測定者を認識し、結果を表示する機能です。個人を毎回指定する手間が省けますので、簡単に測定できます。

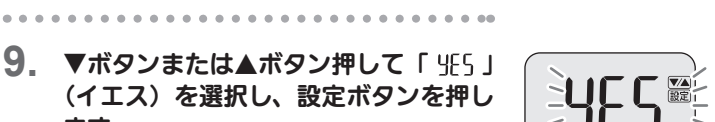
■ 自動補正について

本機の乗るピタ機能では、下記の場合などで生じる誤差を硬く平らな床に置いて乗るだけで、自動補正して測定する機能がついています。

1. 電源が入っていないことを確認し、素足になり、本機に正しい姿勢で乗ります。

自動で電源が入り、体組成を測定して登録内容と照合します。

➡測定中は、動かないようにしてください。

参照

正しいはかりかたについては、2 ページをご覧ください。

2. 数値が点滅表示したら、本機から降ります。

認識された個人データが表示されたあと、測定結果が表示されます。

MEMO

「[ ]」が表示された場合は、立てかけ収納等で生じる誤差を自動補正していますのでしばらくお待ちください。（☞ 12 ページ）

ご注意

転倒防止のため、必ず本機から降りて操作してください。

測定結果が順番に表示されたあと、もう一度体重が表示されて、約 40 秒後に自動で電源が切れます。

➡**測定結果を表示中に▼／測定項目ボタンを押すと、項目を手動で切り替えることができます。**

1. 体重

4. 内臓脂肪レベル

2. BMI

3. 体脂肪率

MEMO

- 体脂肪率の測定範囲を超えると「Err %」（エラー）が表示されます。
- 17 才以下の場合は、「体重」、「BMI」、「体脂肪率」のみが表示されます。

■ 誤認識だった場合

MEMO

体重や体の電気抵抗値が似た人が複数登録している場合や、体重に大きな変動があった場合などは、乗るピタ機能が正常に機能せず、誤認識をすることがあります。

※ 誤認識が続く場合は、登録番号を指定して測定してください。

（☞ 14 ページ）

1. 結果が表示されているときに、▲／呼出ボタンを押して自分の登録番号を選択します。

2. 設定ボタンを押します。

選択した個人データと、測定結果が表示されます。

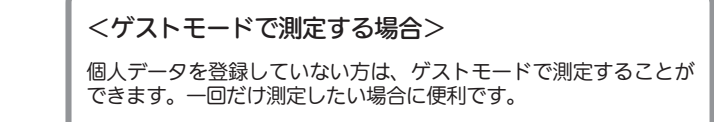
8. 登録番号を指定して測定する ／ゲストモードで測定する

乗るピタ機能を使わずに、自分の登録番号を指定してから測定できます。誤認識が続く場合は、以下の手順で測定してください。

ゲストモードでは個人データを残さないで測定できます。一回だけ測定したい場合に便利です。

1. 電源が入っていないことを確認し、▲／呼出ボタンを押します。

2. ＜登録番号を指定して測定する場合＞

▼ボタンまたは▲ボタンを押して、自分の個人番号を選択し、設定ボタンを押します。

＜ゲストモードで測定する場合＞

個人データを登録していない方は、ゲストモードで測定することができます。一回だけ測定したい場合に便利です。

▼ボタンまたは▲ボタンを押して「-0-」を選択し、設定ボタンを押します。

年齢・性別・身長を▼ボタンまたは▲ボタンを押して選択し、設定ボタンを押して決定してください。

参照

- アスリートについては、11 ページ手順 6 の MEMO をご覧ください。

（登録番号を指定して測定する ／ゲストモードで測定する つづき）

個人データ表示後、「0.0kg」が表示されます。

MEMO

- 「0.0kg」が表示される前に本機に乗ると、「Err」または「-0L」が表示されたり、測定途中で電源が切れたりします。

3. 素足になり、正しい姿勢で本機に乗ります。

測定結果が表示されたら測定終了です。測定結果が順番に表示されます。

参照

- 正しいはかりかたについては、2 ページをご覧ください。
- 測定結果の表示については 13 ページをご覧ください。

ご注意

転倒防止のため、必ず本機から降りて操作してください。

9. 前回の値をみる

前回値ボタンを使うと、各項目の前回測定した値を見ることができます。

■ 測定終了後に前回値を確認したい場合

- 測定終了後、本体を降りてから、測定結果が表示されている間に設定／前回値ボタンを押すと、表示している項目の前回の値が表示されます。このとき▼／測定項目ボタンを押すと、別の項目の前回値を表示します。もう一度設定／前回値ボタンを押すと、今回の測定値に戻ります。

ご注意

転倒防止のため、必ず本機から降りて操作してください。

■ 測定せずに前回値を見たい場合

1. 電源が入っていないことを確認し、▲／呼出ボタンを押します。

2. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して、自分の個人番号を選択し、設定ボタンを押します。

（前回の値をみる つづき）

3. 「0.0kg」が表示されたら、設定／前回値ボタンを押します。

前回の測定値が順に表示されます。

▼／測定項目ボタンを押すと、別の項目の前回の値を表示します。

10. 体重だけを測定する

体重だけをはかることもできます。

MEMO

- 測定を中止したいときや表示画面を消したいときは、OFF ／体重ボタンを押してください。

1. 体重ボタンを押します。

「0.0kg」が表示されます。

MEMO

- 「0.0kg」が表示される前に本機に乗ると、「Err」または「-0L」が表示されたり、測定途中で電源が切れたりします。

2. 正しい姿勢で本機に乗ります。

測定結果が表示されたら測定終了です。

11. 個人データを変更／消去する

個人データを変更するときは、**本機を硬く平らな安定したところ**に置いてください。体重・体組成の登録に誤差が生じる場合があります。

MEMO

- 操作を中断したまま、約 60 秒経過すると、電源が自動で切れます（オートパワーオフ機能）。
- 設定を中止したいときや表示画面を消したいときは、OFF ／体重ボタンを押してください。

1. 電源が切れていることを確認して、設定ボタンを押します。

2. ▼ボタンまたは▲ボタンを押して変更（消去）したい番号を選択します。

消去する場合は 18 ページ手順 8 へお進みください。

＜変更する＞

3. 設定ボタンを押します。

4. 10 ページの「6. 個人データを設定する」に従って、個人データを修正します。

■身長またはアスリートの設定を変更した場合

変更後の個人データが順番に表示され終了です。電源が自動で切れます。

■生年月日または性別を変更した場合

変更後の個人データが順番に表示され、「CLr」（クリア）が表示されます。手順 5 にお進みください。

5. 個人データを上書きしたい場合は▼ボタンまたは▲ボタンで「YES」（イエス）を選択し、設定ボタンを押します。

「0.0kg」が表示されます。

MEMO

「no」（ノー）を選択すると、変更したデータは登録されません。

6. 素足になり、正しい姿勢で本機に乗ります。

➡測定中は、動かないようにしてください。

7. 測定終了後、本機から降ります。

体重　　体重に戻る

測定結果が順番に表示されたあと、もう一度体重が表示されて、約 40 秒後に自動で電源が切れます。

以上で、個人データの変更は終了です。

＜消去する＞

8. 設定ボタンを 3 秒以上長押しします。

性別・登録番号、性別・年齢、身長が順番に表示されたあと、「CLr」（クリア）が表示されます。

9. ▼ボタンまたは▲ボタン押して「YES」（イエス）を選択し、設定ボタンを押します。

データが消去されます。

MEMO

- 「no」（ノー）を選択すると、個人データは消去されません。

以上で個人データの消去は終了です。

MEMO

- 操作を中断したまま、約 60 秒経過すると、電源が自動で切れます（オートパワーオフ機能）。
- 設定を中止したいときや表示画面を消したいときは、OFF ボタンを押してください。

12. 体の豆知識

体脂肪率とは

カラダに占める脂肪の割合です。

体脂肪は活動エネルギー源になるだけでなく、体温を保つ、外的衝撃から体を守る、皮膚に潤いを与える、滑らかなボディーラインを形作る、正常なホルモンの働きを保つなどの役割があります。しかし、体脂肪率が高すぎると高脂血症、高血圧、糖尿病などの生活習慣病の原因になります。

●体脂肪率判定表

詳しい分析が可能な「DXA 法（二重 X 線吸収法）を基準に採用し、性別と年齢ごとに細分化された新判定法で毎日の健康チェックをサポートします。DXA 法は体組成分析として精度良く身体の中を細分化測定できる方法として、近年医学界で主流となっています。タニタはさらに質の高い健康管理を提案するためにこの DXA 法を導入し、体組成分析の基準法として採用しました。妊娠中や人工透析中の方、またはむくみ症状がある方は、参考値として変化の推移を見られることをおすすめします。

	年齢	体脂肪率（%）　10%　20%　30%　40%
男性	6才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	7才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	8才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	9才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	10才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	11才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	12才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	13才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	14才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	15才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	16才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	17才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	18~39才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	40~59才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	60才~	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
女性	6才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	7才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	8才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	9才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	10才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	11才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	12才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	13才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	14才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	15才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	16才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	17才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	18~39才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	40~59才	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	60才~	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45

□ やせ　□ －標準　□ ＋標準　■ 軽肥満　■ 肥満

●BMI とは

「Body Mass Index」の略で、カラダの大きさを表す指数です。国際的にも広く普及しカラダの中に占める脂肪量との相関が高いことから日本肥満学会が肥満の判定基準の統一を目指し提言しています。BMI は体重（キログラム）を身長（メートル）の二乗で割った値です。

$$BMI = 体重(kg) \div 身長(m)^2$$

	やせ	普通	肥満度1	肥満度2以上
BMI値	18.5未満	18.5以上25未満	25以上30未満	30以上

※BMI による判定は成人を対象にしています。

※2000 年度の厚生労働省「健康日本21」における新基準を採用しています。

疾病率が最も少ない、理想的な BMI 値は「22」とされています。

このことから、あなたの身長に対する理想的な体重は次の式で求めることができます。

$$理想体重(kg) = 22.0 \times 身長(m)^2$$

内臓脂肪とは

腹腔内の内臓のすき間に付く脂肪で、皮下脂肪よりも生活習慣病の起因となりやすいものです。そのため、内臓脂肪の状態をチェックすることは、生活習慣病を予防する上で大切な目安となります。

●内臓脂肪レベルの判定基準　※対象年齢：18 才～ 99 才

レベル		判定の捉えかた
9.5 以下	標準	今のところ心配ありません。これからもバランスのよい食事や、適度な運動を維持しましょう。
10.0 ～ 14.5	やや過剰	適度な運動を心がけ、カロリー制限を行い、標準レベルを目指しましょう。
15.0 以上	過剰	積極的な運動や食事制限による減量が必要です。医学的な診断については医師にご相談ください。

●測定した内臓脂肪レベルについて

- 体脂肪率が低い方でも、内臓脂肪レベルが高い場合もあります。
- 医学的診断については、医師にご相談ください。

13. 故障かなと思ったら

「故障かな？」と思ったら、修理をご依頼される前に、次のことをご確認ください。

症　状	ご確認ください	参照ページ
どのボタンを押しても、何も表示されない	□電池が、はずれていませんか？ □電池が、消耗していませんか？ □電池の電極に、ビニールやゴミなどがついていませんか？	6 ページ
「Lo」が表示される	□電池の向きを確認し、正しく入れてください。 □電池が消耗しています。速やかに交換してください。	
文字などが表示されたあと、すぐ表示が消える	□電池が消耗しています。速やかに交換してください。（電池の残量によっては「Lo」を表示しない場合があります）	
ボタンを押すと日時設定画面が表示される	□体組成をはかるには、日時の設定が必要です。日時を設定してください。	7 ページ
本機に乗っても何も表示されない	□測定中に動いていませんか？乗り位置や姿勢は？ □足の裏が、汚れていませんか？ □靴下などを履いたまま測定していませんか？	2,4 ページ
測定中に「Err」（エラー）が表示される	□測定中に動いていませんか？乗り位置や姿勢は？ □足の裏が汚れていませんか？ □靴下などを履いたまま、測定していませんか？	2,4 ページ
測定途中に、電源が切れる（表示が消える）	□測定中に降りていませんか？	11,12,15, 16 ページ
測定中に「0L」が表示される	□最大計量（ひょう量）150kg を超えています。（この場合は測定不可）	21 ページ
測定中に「－○.○kg」が表示される	□「0.0kg」が表示される前に乗っていませんか？	11 ページ
測定中に「-0L」が表示される		14,15 ページ
測定後、体組成表示で「Err」（エラー）が表示される	□個人データの設定内容が間違っていませんか？	10 ページ
	□他の人の登録番号を選択していませんか？	14 ページ
	□各測定項目が測定範囲を超えています。（この場合は測定不可）	21 ページ
表示された体重が明らかに違っている	□硬く、平らな安定したところで測定してください。	2 ページ
体重しか表示されない	□個人データの設定を行いましたか？	10 ページ
	□急激な体重増減がありましたか？その場合、一度、登録番号を指定して測定してください。	14 ページ
数値がずっと点滅している	□体組成計に乗ったままではありませんか？降りてください。	12 ページ

（故障かなと思ったら つづき）

症　状	ご確認ください	参照ページ
「[ ]」が表示される	□立てかけ収納等で生じた誤差を自動補正しています。	12,13 ページ
「Erb」が表示される	□自動補正のため測定後、降りてから約 3 秒間は、本機を動かしたり、ボタンを押さないでください。	12,13 ページ
測定後に、体脂肪率が5%と表示される	□5%以下の体脂肪率は、測定できません。（5%と表示されます）	21 ページ
乗るピタで測定したら、違う人の登録番号が表示された	□体重や体の電気抵抗値が似た人が複数登録していると、誤認識する場合があります。	13 ページ
体重、BMI、体脂肪率しか表示されない	□6 ～ 17 才の方は、体重、BMI、体脂肪率以外は表示されません。	21 ページ
個人データを設定しても、体組成を測定できない	□個人データの設定が完了していません。個人データを入力後、一度測定をする必要があります。	10,11 ページ
「CLr」（クリア）と表示される	□個人データを変更または消去する際の確認の表示です。「Err」（エラー）ではありません。	17,18 ページ

- その他上記以外の不明な表示が出た場合、弊社お客様サービス相談室（フリーダイヤル 0120 － 133821）にお問い合わせください。

14. 仕様

型　　式		BC-718	
最大計量（ひょう量）		150kg	
最小表示（目量）		0～100kg 迄 100g 単位　　100～150kg 迄 200g 単位	
体脂肪率		5.0%～75.0%　　0.1% 単位	対象年齢 6才~99才
体脂肪率判定		やせ／－標準／＋標準／軽肥満／肥満	
BMI		0.1 単位	
内臓脂肪レベル		1.0 ～ 59.0 レベル　0.5 レベル単位	対象年齢 18才~99才
内臓脂肪レベル判定		標準／やや過剰／過剰	
過去データー		前回値	
設定項目（登録）	地　域	3 区分	
	日　時	2013 年 1 月 1 日 0:00 ～ 2050 年 12 月 31 日 23:59	
	個人番号	1～5	
	生年月日	1900 年 1 月 1 日～（6 才以上）	
	性　別	女性／男性／女性アスリート／男性アスリート	
	身　長	90.0～220.0cm（0.5cm 単位）	
時計精度		平均月差　±1 分以内（常温）	
電　　源		DC6V　単４乾電池（R03）×4 本	
消費電流		最大 30mA	
本体寸法		D210 × W297 × H25mm	
質　　量		約 1.4kg（乾電池含む）	

※ 100 才以上の方は参考値としてご覧ください。

●体重精度の保証範囲

本機は、JIS（家庭用はかり）に定められた技術基準で製造し、厳重な検査のうえ出荷しております。なお、ご使用の場合、はかられた体重に対して下記の範囲まで精度を保証します。

100kg まではかる場合	±200g
100kg をこえ 150kg まではかる場合	±400g

ご家庭での測定が主な目的ですので、業務用（品物の売買取引やその他の目方を証明する場合）にはお使いになれません。

アフターサービスについて

1、保証書について

保証書は、必ず「販売店名、購入日」等の記入をお確かめになり、保証書内容をよくお読みいただき、大切に保管してください。保証期間は、お買い上げ日より 1 年間です。

2、修理を依頼されるとき

●保証期間中は、弊社お客様サービス相談室へお電話にてご連絡の上保証書を添えて本機をお送りください。お客様の個人情報は、修理完了品の発送に使用させていただき、修理品とともにご返却いたします。この間、お客様の個人情報は、第三者が不当に触れることのないように、当社規定に基づき責任を持って管理いたします。

●保証期間が過ぎているときは、弊社お客様サービス相談室にご相談ください。修理によって本機の機能が維持できる場合は、ご希望により有料修理させていただきます。

3、ご不明な点は弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください。

株式会社 タニタ　〒174-8630　東京都板橋区前野町１－１４－２
お客様サービス相談室　フリーダイヤル 0120－133821

無料修理規定

1. 取扱説明書等の注意書に従った正常な使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理をさせていただきます。
2. 保証期間内に故障して無料修理をお受けになる場合には、弊社お客様サービス相談室に連絡の上、商品と保証書をお送りください。
3. ご贈答品等で本保証書に必要事項が記入していない場合には、弊社お客様サービス相談室へご相談ください。
4. 保証期間内でも次の場合には、有料修理になります。
   イ. 使用上の誤り及び不当な修理や改造による故障及び損傷
   ロ. お買い上げ後の落下等による故障及び損傷
   ハ. 火災、地震、水害、落雷、ガス害、塩害その他の天災地変、公害や異常電圧による故障及び損傷
   ニ. 一般家庭以外（例えば、業務用の長時間使用、船舶の搭載）に使用された場合の故障及び損傷
   ホ. 保証書の提示がない場合
   ヘ. 保証書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合
5. 保証書は、日本国内においてのみ有効です。
6. 保証書は、再発行致しませんので紛失しないように大切に保管してください。

修理メモ

※保証書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従ってこの保証書によって、お客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間後の修理についてご不明な場合は、弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください。